

TRISOMIE 21 IN INSTELLING

Globale Ondersteuning

Voor onderwijs- en zorgteams die personen met trisomie 21 begeleiden in ESAT, woonvoorzieningen, IME of SESSAD

Begrijp de bijzonderheden, pas de praktijken aan en bevorder de autonomie in het dagelijks leven

Duur : 14 uur	Modules : 8 modules
Lessen : 27 lessen	Doelgroep : Zorgprofessionals in gespecialiseerde instellingen
Formaat : 100 % online, asynchroon	Aanbieder : N° 11757351875
Certificering : Qualiopi	Tarief : Op aanvraag

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Opleidingsbeschrijving

Deze training biedt een diepgaand begrip van de motorische, cognitieve en emotionele bijzonderheden die verband houden met trisomie 21, en geeft concrete tools om uw ondersteuning in het dagelijks leven aan te passen. U ontdekt waarom eenvoudige handelingen meer moeite kosten, hoe u de communicatie kunt vergemakkelijken en hoe u een omgeving kunt creëren die de autonomie bevordert. Aan de hand van praktische strategieën die direct toepasbaar zijn in de instelling, leert u hoe u routines en visuele hulpmiddelen kunt gebruiken, hoe u de emotionele verwerking kunt ondersteunen, hoe u socialisatie en inclusie kunt bevorderen, en hoe u met moeilijke gedragingen kunt omgaan. U gaat naar huis met aanpasbare visuele tools, analysekaders voor gedrag, en een voortgangsdagboek. Na deze training bent u in staat om een aangepaste en waardige begeleiding te bieden die de autonomie en sociale deelname van volwassenen met trisomie 21 bevordert.

Module-overzicht

MODULE 1	Begrijpen van Ontwikkeling en Kenmerken	4 lessen
MODULE 2	Communicatie Ontwikkelen	4 lessen
MODULE 3	Autonomie Bevorderen: Routines en Visuele Hulpmiddelen	3 lessen
MODULE 4	Begeleiden van Emotiebeheer	3 lessen
MODULE 5	Het Bevorderen van Socialisatie en Inclusie	3 lessen
MODULE 6	Beheer van Moeilijke Gedragingen	3 lessen
MODULE 7	De Begeleiding Aanpassen aan de Volwassen Leeftijd	3 lessen
MODULE 8	De DYNSEO Toepassingen ter Ondersteuning van een Persoon met Downsyndroom	2 lessen

Leerdoelen

Leerdoelen

- De motorische bijzonderheden begrijpen: hypotonie, hyperlaxiteit, impact op balans en vermoeidheid
- De cognitieve bijzonderheden identificeren en aanpassen aan verwerkingstijd en werkgeheugen
- Herkennen waarom dagelijkse handelingen meer moeite kosten en de praktijken aanpassen
- De bijzonderheden van communicatie begrijpen en een ondersteunende omgeving creëren
- Routines en visuele hulpmiddelen gebruiken als hefboven voor autonomie
- Het emotionele leven begrijpen en preventie- en interventiestrategieën toepassen
- Sociale vaardigheden onderwijzen en een inclusieve omgeving creëren
- De oorsprong van moeilijk gedrag begrijpen en preventief en gepast ingrijpen
- De begeleiding aanpassen aan de volwassenheid met respect voor waardigheid en zelfbeschikking
- De autonomie van volwassenen ondersteunen in ESAT, woonvoorzieningen en inclusie
- In teamverband en met gezinnen werken voor een consistente begeleiding

- Concrete tools gebruiken: visuele sequenties, emotionele thermometer, keuze-wiel, analysekaders

Algemene informatie

Duur	2 dagen (14 uur) verdeeld over 8 progressieve modules
Doelgroep	Onderwijs- en zorgteams die personen met trisomie 21 in ESAT, woonvoorzieningen, IME of SESSAD begeleiden
Vereisten	Geen, training toegankelijk voor alle volwassenen
Tarief	Op aanvraag - BTW niet van toepassing (artikel 261-4-4° van de CGI)
Certificering	Qualiopi - Attest van het einde van de opleiding
Organisme	DYNSEO - Nummer van activiteitenverklaring: 11757351875

Les 1 - Les 1: De Motorische Kenmerken - Hypotonie en Hyperlaxiteit

- Hypotonie: vermindering van spierspanning vanaf de geboorte, vereist meer inspanning
- Hyperlaxiteit: overmatige soepelheid van gewrichten, beïnvloedt stabiliteit
- Interactie tussen hypotonie en hyperlaxiteit verklaart motorische bijzonderheden
- Aanpassing van begeleiding: frequentere pauzes, aangepast tempo, ergonomische hulpmiddelen

Les 2 - Les 2: De Impact op Balans, Houding en Bewegingen

- Evenwicht vereist meer inspanning en concentratie, aanpassingsgedrag is slim
- Houding vereist constante bewuste inspanning, energiebesparende posities zijn geen luiheid
- Gang met gespreide benen en gedraaide voeten zijn compensatiestrategieën
- Omgeving aanpassen: veilige ruimtes, realistische tijden, pauzes, technische hulpmiddelen

Les 3 - Les 3: De Cognitieve Kenmerken en Hun Impact op het Dagelijks Leven

- Informatieverwerking duurt langer, neem de tijd voordat u een antwoord verwacht
- Beperkt werkgeheugen: één instructie tegelijk, visuele ondersteuning gebruiken
- Abstract denken is moeilijker: concrete en observeerbare instructies geven
- Langetermijngeheugen is een kracht, visueel begrip is beter dan auditief

Les 4 - Les 4: Waarom de Alledaagse Gebaren Meer Inspanning Vereisen

- Elke beweging vereist motorische en cognitieve planning, vermenigvuldigd over de dag
- Hypotonie betekent meer moeite voor dezelfde acties, zoals werken met gewichten
- Coördinatie en fijne motoriek vereisen extra concentratie en aanzienlijke inspanning
- Vermoeidheid is onvermijdelijk: regelmatige pauzes, taken afwisselen, prestaties waarderen

Les 1 - Les 1: Begrijp de Bijzonderheden van Communicatie

- Oro-faciale hypotonie maakt bepaalde klanken moeilijker te produceren
- Taal ontwikkelt zich in verschillend ritme, verwar expressie niet met intelligentie
- Niet-verbale expressiviteit is vaak zeer ontwikkeld, een volwaardige taal
- Begrip is veel hoger dan expressie, blijf normaal praten

Les 2 - Les 2: De Teken van Frustratie Gerelateerd aan Communicatie

- Schijnbaar redeloze woede is vaak communicatieve frustratie
- Terugtrekking en stilte zijn opgave, even zorgwekkend als woede
- Disproportionele emotionele uitbarstingen tonen accumulatie van frustraties
- Moeilijk gedrag is poging tot communicatie: altijd vragen wat de persoon wil zeggen

Les 3 - Les 3: Een Omgeving Creëren die Communicatie Vergemakkelijkt

- Pictogrammen en foto's zijn krachtige visuele hulpmiddelen voor begrip
- Gebaren en signalen systematisch associëren met het uitgesproken woord
- Korte zinnen, één instructie tegelijk, positieve formuleringen gebruiken
- Multimodaliteit: woorden begeleiden met gebaren, demonstraties en visuele hulpmiddelen

Les 4 - Les 4: Ondersteunen van de Communicatie in het Dagelijks Leven

- Taalbad: commentaar geven op acties, passieve woordenschat voeden
- Hervorming in plaats van correctie, uitbreiding van zinnen modelleren
- Welwillende afwachting: tijd geven, niet systematisch aanvullen
- Elke communicatie-inspanning vieren, zelfs als imperfect

Les 1 - Les 1: De Fundamentele Rol van Routines

- Voorspelbaarheid vermindert angst en maakt cognitieve energie vrij
- Herhaling bevordert automatisering en langetermijngeheugen
- Routines geven gevoel van controle en competentie, essentieel voor zelfwaardering

- Achterwaartse chaining: begin met de laatste stap voor succes en motivatie

Les 2 - Les 2: Creëren en Gebruik van Visuele Hulpmiddelen

- Visuele sequenties: stap-voor-stap afbeeldingen voor autonome opvolging zonder geheugen
- Visuele planningen tonen de voortgang van de dag, verminderen angst bij overgangen
- Binaire keuzes: twee visuele opties vergemakkelijken beslissing en geven controle
- Echte foto's van de persoon zijn ideaal, anders pictogrammen of duidelijke tekeningen

Les 3 - Les 3: Beheren van Overgangen en Veranderingen

- Overgangen nooit abrupt: geleidelijke aankondigingen in meerdere stappen
- Visuele timers maken de tijd concreet en laten de naderende overgang visualiseren
- Overgangsroutines: symbolische acties die de overgang markeren en acceptabel maken
- Onverwachte veranderingen voorbereiden, visueel nieuw programma tonen, geruststellen

MODULE 4

Begeleiden van Emotiebeheer

3 lessen

Les 1 - Les 1: Begrijp de Emotionele Ervaring

- Emotionele intensiteit is hoog, drie uitdagingen: identificatie, verbalisatie, regulatie
- Emoties uiten zich ruw en weinig gemoduleerd, geen manipulatie maar beperkte regulatie
- Overbelasting vermindert regulatiecapaciteit aan het einde van de dag of na moeilijke taken
- Voorspelbare triggers identificeren: veranderingen, communicatiemoeilijkheden, vermoeidheid, sociale interacties

Les 2 - Les 2: Preventiestrategieën

- Fysieke omgeving: luidruchtige en rommelige ruimtes vermijden, terugtrekruimtes creëren
- Emotiethermometer: visuele schaal om niveau te communiceren voordat het exploderen
- Keuze-wiel: regulatiestrategieën kiezen versterkt gevoel van controle
- Sensorische technieken en ademhaling buiten crisismomenten onderwijzen

Les 3 - Les 3: Interventie bij een Emotionele Overload

- Veiligheid eerst, eigen emotionele toestand beheersen, kalmte tonen als anker
- Omgevingsprikkels verminderen: toeschouwers verwijderen, lichten dimmen, geluid verminderen
- Minimale communicatie: eenvoudige woorden, rustige toon, geen discussies of moraliseren
- Crisis begeleiden in plaats van stoppen, na crisis herstel geven, later debriefing

MODULE 5

Het Bevorderen van Socialisatie en Inclusie

3 lessen

Les 1 - Les 1: Begrijp de Sociale Bijzonderheden

- Natuurlijke sociabiliteit en menselijke warmte zijn opmerkelijke kwaliteiten
- Sociale naïviteit: impliciete codes moeilijker, verlangen om geaccepteerd te worden overstijgt voorzichtigheid
- Frequente misverstanden: tactiel gedrag, letterlijke interpretatie, verschillend tempo
- Dubbele rol: relationele vaardigheden aanmoedigen en kritisch inzicht begeleiden voor bescherming

Les 2 - Les 2: Sociale Vaardigheden Onderwijzen

- Basisregels expliciet maken: wachten, groeten, vragen in plaats van nemen
- Weigeren onderwijzen: eenvoudige zinnen, oefenen met rollenspelen, waarderen van weigering
- Emoties van anderen begrijpen: visuele hulpmiddelen, dagelijkse emoties bespreken
- Samenwerking en teamwerk: situaties creëren waarin coöperatief gedrag nodig is

Les 3 - Les 3: Een Inclusieve Omgeving Creëren en Interactie Mogelijkheden

- Interactie tussen begeleide personen bevorderen, groepsdynamiek observeren, uitsluiting herkennen
- Aangepaste bordspellen: eenvoudige regels, coöperatieve spellen zonder competitie
- Nieuwe sociale situaties voorbereiden: uitleggen, foto's tonen, verwachte gedragingen oefenen
- Inclusie in de samenleving: toegang tot winkels, vrijetijdsbesteding, culturele activiteiten begeleiden

MODULE 6

Beheer van Moeilijke Gedragingen

3 lessen

Les 1 - Les 1: Begrijp de Oorsprong van Gedragingen

- Gedrag is communicatie: schreeuwen, oppositie en onrust zeggen iets
- Meest voorkomende oorzaken: communicatiebeperking, vermoeidheid, onbegrip, overgangen, sensorische overbelasting

- Een gedragsdetective worden: observeren, patronen zoeken, context analyseren
- Perspectiefwisseling: boodschap begrijpen in plaats van gedrag stoppen

Les 2 - Les 2: Preventiestrategieën

- Omgeving structureren: duidelijke zones, beperkte prikkels, visuele routines
- Communicatie aanpassen: korte zinnen, positieve formuleringen, visuele ondersteuning
- Alternatieve communicatiemiddelen: pictogrammen en kaarten voor behoeften uiten
- Positief gedrag systematisch versterken, verwachtingen aanpassen aan realiteit van het moment

Les 3 - Les 3: Intervenieren bij Moeilijk Gedrag

- Weigering: niet in machtsstrijd, beperkte keuze aanbieden, flexibel in aanpak
- Onrust: veiligheid eerst, energie kanaliseren, sensorische activiteit voorstellen
- Geschreeuw: nooit terugschreeuwen, rustige fluisterton, emotie valideren
- Na gedrag: wachten tot rust, eenvoudig verbaliseren, relatie geruistellen, normale activiteit hervatten

MODULE 7

De Begeleiding Aanpassen aan de Volwassen Leeftijd

3 lessen

Les 1 - Les 1: De Specificiteiten van de Begeleiding van Volwassenen

- Respect voor waardigheid en zelfbeschikking: begeleiden bij beslissingen, niet voor hen beslissen
- Infantiliserend gedrag vermijden: toon van stem, activiteiten leeftijdsadequaat, intimiteit respecteren
- Vaardigheden blijven zich ontwikkelen, nooit aannemen dat het te laat is
- Vroegtijdige veroudering en mentale gezondheid: veranderingen observeren, begeleiding aanpassen

Les 2 - Les 2: Begeleiden van de Autonomie en Sociale Deelname van Volwassenen

- In ESAT: evenwicht tussen productie en welzijn, aangepaste werkplekken, professionele ontwikkeling
- In huis: elke autonome handeling waarderen, extra tijd investeren, vaardigheden regelmatig evalueren
- Emotioneel en relationeel leven: vragen over vriendschap, liefde, seksualiteit begeleiden zonder oordeel
- Inclusie in de samenleving: geleidelijk begeleiden naar autonomie, vereiste vaardigheden ontwikkelen

Les 3 - Les 3: Werken in Team en met Gezinnen

- Multidisciplinair teamwerk: observaties combineren, informatie delen, consistentie van praktijken
- Persoonlijk project: formaliseert doelen en middelen, betrokkenheid van de persoon centraal
- Gezinnen als partners: onvervangbare expertise, regelmatige dialoog, begeleide persoon centraal
- Zorg voor jezelf en het team: vermoeidheid erkennen, moeilijkheden delen, hulp vragen is professionaliteit

MODULE 8

De DYNSEO Toepassingen ter Ondersteuning van een Persoon met Downsyndroom

2 lessen

Les 1 - Les 1: COCO DENKT en COCO BEWEEGT

- Applicatie voor kinderen 5-10 jaar: educatieve spellen en verplichte sportpauzes
- Meer dan 30 spellen: geheugen, logica, taal, wiskunde, aandacht met aanpasbare niveaus
- Ontworpen met inclusieve logica voor kinderen met speciale behoeften
- Twee spelers modus: gedeeld scherm, uitdagingen tussen kinderen of ouder-kind

Les 2 - Les 2: JOE, Uw Brein Coach

- Meer dan dertig cognitieve stimulatiespellen voor tieners en volwassenen
- Werkt aan geheugen, aandacht, waarneming, taal en planning: essentieel voor dagelijks leven
- Speelse benadering met aanpasbare moeilijkheidsgraad en volgen van vooruitgang
- Veilige oefenruimte die autonomie, zelfvertrouwen en doorzettingsvermogen versterkt

Lesmethoden

- 100% online training, toegankelijk vanaf uw computer of tablet
- U vordert in uw eigen tempo, wanneer u wilt, zonder tijdsdruk
- 8 progressieve modules verdeeld over 2 dagen (14 uur)
- Concrete tools: aanpasbare visuele sequenties, planningen, behoeftekaarten en pictogrammen
- Emotiethermometer, regulatie-keuze wiel, analysekaders voor moeilijk gedrag
- Voortgangsdagboek voor continue verbetering van uw praktijken
- Bonus: ontdekking van de apps COCO PENSE, COCO BOUGE en JOE hersencoach

